

コンコンとドアを

ノックして欲しいと願ひ

仲間と体験談をつづりました



何もしない選択

ハリネズミ

現在息子は三三歳。今から一〇年余り前、一人暮らしをしていた息子が、当時流行っていた脱法ハーブを使い、幻聴幻覚が見え自ら警察に助けを求めた。違法ではなかったのですが、帰されたが、アパートを引き払い自宅に連れて帰った。薬物のことは怖くて息子に何も聞かなかつたが、温かい家庭で家族が支えてあげることが一番だと、そうすることで安定した生活を送れると思っていた。そして卒業し就職したら使用しなくなると思いついていた。まして薬物のことなんて誰にも相談などできない。その後、就職してしばらくした頃、不眠から処方薬の眠剤や安定剤を服用し始め、段々と量が増え、手の震えまで出てきた。それでも病院でもらう薬だからと本人も言うので、私は大丈夫だと疑わなかった。今思えば呑気というか鈍感というか、そんな私だった。

今から五年前、大麻所持で初めての逮捕。とうとう違法薬物まで！驚きと共にあまりのショックで涙が止まらない。そして、ああ、これで息子も私も人生終わったなと、そして世間体を気にする私。また、どこにも相談できない。今が大切な時、お母さんの踏ん張りどころだと弁護士に言われるまま毎日面会に行き、なぜそんなことをしたのか？叱ったり論じたり、自分の感情をぶつけたりした。そのうち急に薬が切れたことで離脱症状が始め、自傷行為で精神病院に強制入院となる。警察官に病院へ連れて行ってもらい、沢山の人に迷惑をかけたのに入院中もトラブルを起こす。二人で死のうと思つたこともある。退院後も一向に薬物は止まらない。息子のしたことを謝るのはいつも私。どこかおかしいと思いつつながら、親だか

ら何とかしなければならぬと思っていた。大麻だけでなく安定剤も大量服用。一体この子の行き着く先はどこなのか？何度も逮捕され、執行猶予をもらうも、また逮捕され実刑。それでも逆に、規則正しい刑務所内の生活でシャキツとして出てくるだろう、薬も切れるだろうと期待した。悩んだが刑務所に迎えに行こう。今度こそは立ち直ってくれる。きつとやり直すはず。もう懲りただろう。満期日に刑務所に迎えに行き、息子の姿を見て驚いた。青白い顔をし自分で立つのがやっとの状態。処方薬は必要に応じて服用させてもらっていたようだ。息子は何かの病気なんだと初めて気付いた。スポーツマンだった面影は全くない。

その帰りに保険証や携帯の手続きなどに連れて行く。何も知らない私は、親だからそうすることが当たり前だと思っていた。すぐに病院に行き、出所した晩から処方薬の大量服用。そこからネット検索をして、息子は薬物依存症という病気であると知る。精神科の病院にも行ったが、薬を使うことができなくなる不安から治療することも入院することも拒否した息子。それでも何とか回復施設にお世話になることができたが、もう薬の抜き方がわかったからと二ヶ月で自主退所をする。その時、施設の人の言われる通り「自宅には入れない、これからは自分の力で生きていってほしい」と伝え、そこから息子とは一度も会っていない。

一人暮らしを始めたものの二ヶ月後にまた大麻所持で逮捕。そこから出たり入ったりを繰り返し、五年の間に社会に居たのはほんのわずかか。ほとんどを刑務所で過ごした。社会で過ごしたそのわずかな間も、私が知っているだけでもオーバードーズで気を失い何度も救急車で運ばれている。交通事故で大怪我をし意識不明になったこともある。私には病気を治すこ

ともできないし、この先どうしていったらいいのだろうか？息子が施設に入所した三年前に、私はやっと家族会や自助グループに繋がる。悪いことをしてるのは息子なのに、勉強すべきは息子であって私は悪くないと、その時の私はそう思っていた。どうしたら息子に薬物をやめさせることができるのか？その方法を教えて欲しかった。親だから何でも知っていて、何でもしてあげるべきと思っていた。世間一般の常識が正しいと思ってきた。でも私は息子の全てを知っているではなかった。

家族会や自助グループで学んでいくうちに、私の対応の仕方がまずかったのだと気付いた。私は共依存という病気だということ。そして薬物依存症は病気であること、回復はあるが完治はない。他人は変えられない、変えられるのは自分だけ。息子のために良かれと思ってやっていたこと、親として精一杯してきたことが、息子の薬を使う環境を作っていただけ、つまりイネイブリング（助長する人）をしていただけだったと教わった。借金問題にしても親が肩代わりして返済すれば、それはなかったことになる。そしてまた薬を手に入れるためのお金ができる。四回目の刑務所があつてはならないと、息子に薬をやめさせるにはどうしたらいいのか？施設や病院に繋がらせるにはどうしたらいいのか？自助グループで「愛をもつて手を放す」と学んで頭ではわかつていても心はついていかない。後から繋がってくる仲間の息子さん達は回復施設や病院に繋がる。息子はどうしてわかってくれないのか？答えを求めてあちこちの家族会や自助グループに行つた。色々な書籍も読んだ。もつと早く薬物依存症という病気だと気付いていたらと後悔ばかり。他の人にできて私は何もできていないと自己憐憫（じこれんびん）のかたまり。息子の手紙も世間を舐めたような内容、精神状態も良く

ないような文字。私は不安で不安でどうしようもない。怖くて怖くてたまらない。苦しくて苦しくて、どうしていいのかわからなかった。

息子から出所後、自宅に住まわせてほしいとの手紙が来る。迷ったが、それはできないと返事する。そこから手紙が来なくなる。刑務所にも一度も面会に行かなかった。私は息子を見捨てたのか？いや、私は何もしないと願うのは私の思い。息子の思いではない。親が何とかしたいと思っっている間は、息子はどこにも繋がらないと言われたことがある。親が手を放してはじめて、自分自身で何とかしなくてはならないと気付くはず。息子が自分の足で自分の力で歩んでいったらいいんだ。これからは息子自身が感じ考え行動していくことが大切。今まではそれを代わりに私がしていたのだと理解できた。息子の人生は息子に返す。私があるこれ考えることではない。

二〇二二年九月の出所後はどうしていたのかはわからない。何とか一人でやろうと思っていた矢先に、足が動かなくなる病気で入院となり、その主治医の勧めから別の病院に転院し、現在、依存症回復プログラムを受けている。退院後は一緒に住まない、自立してほしい、何とかするだろう。息子は自分の責任だと受け入れている。今、改めて『愛をもって手を放す』を実践中。息子も私も回復のスタートラインに立ったところだ。一人ではここまでやってこられなかった。これから先も色々あると思うが、私には相談できる場所がある。心強い仲間がいてくれるから大丈夫。支えてくれる仲間感謝。これからも家族会や自助グループに通い続けたいと思う。そして、息子の生きる力を信じたい。

用語の説明

ハイヤーパワー

自分自身を超えた、自分よりも偉大だと認められる「力」。
薬物依存に無力であるからこそ、自分を超えた大きな力に自分をゆだねている。
その力についてどう解釈するかはまったく各人に自由に任されている。

スポンサー／スポンサーシップ

回復の十二ステッププログラムを実践するにあたり、メンバーはより経験のあるメンバーに相談し、助言や提案を示してもらう。その助言者をスポンサー、その関わりをスポンサーシップと呼んでいる。

回復の十二ステッププログラム

回復のプログラムとして提案されている十二のステップは、スピリチュアル（霊的）な特徴を持つ生きかたの原理。

フェローシップ

本来は仲間の集合体を指すが、ミーティングを離れた仲間同士の交流の意味で使われることが多い。